



NO.432

R5年8月1日

発行

〒869-1217

熊本県菊池郡

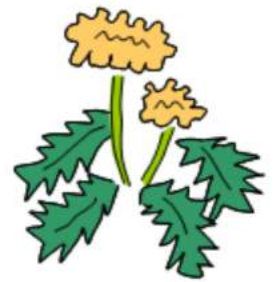
大津町森54-2

社会福祉法人

三気の会

三気の里

☎096-293-8100



「愛おしい人」シリーズ第2弾

施設長 木下 昭二

ます。

と変更になって約3ヶ月が経過し、

施設でも色々な事がコロナ禍前

に戻りつつあります。ただ一方

で、報道等では「第9波の到来…」

という声が聞こえて来たり、実

際に先日主催した研修会でも

「施設・事業所でのコロナ発生

により…」などの理由で、参加

をキャンセルされるケースが散

見されました。

今後コロナやインフルエン

ザ等の感染症と上手く付き合っ

ていきながら、利用者の皆さん

が、制限なく色々なところに出

かけられて、制限なく逢いたい

時に保護者・ご家族の皆さんと

逢え、マスクなしで外部の方と

もお互いの表情を見せ合いなが

らの生活が出来、利用者の皆さん

がいらっしゃるの感動を得ること

が出来ると良いなあ〜と切に思

います。

前々回の6月号にて「愛おしい人」として、熊本県立美術館で行われていた「オードリー・ヘプバーン没後30年の写真展」を観に行った話しを書かせて頂きました。その話しには後日談があった、私の稚拙な話しをお読みいただいた、法人の評議員をして頂いている児玉様から、『せっかくなら「これ」を持って欲しい…と主人から預かって来ました…』とオードリー・ヘプバーンに関する本を頂き？お預かり？しました。続けて、今のうちから「身の回りのものを少しずつ整理しておかないと…」と、「終活」という言葉を用いていらっしやいましたが、まだまだお若く、「必要としている人の手元に…」という配慮で、託して頂いたのだと感謝してい

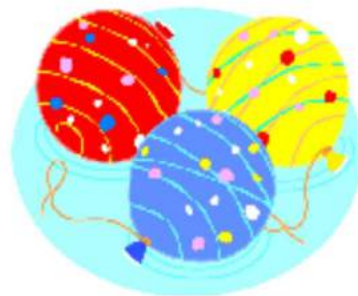
見に行った「写真展」では物販もあっていましたので、時間の許す範囲の中で私もいくつかのものを手に取り、購入しました。その中には勿論写真集もありますが、譲って頂いた本は手元にあるものとは異なったもので、彼女の生きた軌跡を文字にしてまとめて書かれてあり、彼女自身がインタビューなどで発言した言葉の数々が綴られており、また違ったオードリー・ヘプバーンの人物像を知る事が出来たり、表情を見て取ることが出来て、写真展を見に行った際の感動やドキドキ感が甦ってきました。今回の繋がりの中で託された本十写真集を、多数のスタッフの方にも見て頂けるように、大切に保管していきたいと思えます。

コロナの分類が2類から5類へ





8月



1班「新しい一面」

先月、初めて三気の里以外の場所でのスタート会に参加させて頂きました。大きな会場で利用者の皆さんとの食事は初めてで、不安もあり、楽しみもあり、私もドキドキでした。会場では、Aさんと一緒に席に座りました。Aさんとは園内で一緒に食事をする機会が多いのですが、行事の時のように、にぎやかな雰囲気のある場所ですと、気分が高揚し、そわそわされてしまう様子が見られます。しかしながら、今回のAさんは、料理が運ばれてくるまで静かに座って待たれていて、運ばれてきた料理を私の顔を何度か確認されて、「頂きます」の合図をするまで待たれていました。食べている時は、笑顔で美味しそうに食べられていました。三気の里以外の場所での食事の機会が少なかったため、Aさんの新しい一面を発見することができました。これからいろいろな体験ができる機会を増やしていき、色々な一面を発見していきたいと感じました。

支援員 菅原 恵太



2班「日々、関わること」

6月末、生活介護を利用されていたBさんが退所され、自宅近隣のグループホームへ入居されました。Bさんは、遠方から月に一度のペースで利用される方でしたが、熊本地震後から徐々に利用が減り、続く新型コロナウイルスによるパンデミックで、年に数回の利用となっていました。

Bさんは、顔を合わせると、よく話しかけてくれる方でした。俳優やお笑い芸人の旬な話題、時事ネタなど多岐にわたり、Bさんの屈託のない笑顔が印象的でした。しかし、利用が減ってからは、次第に関わりを持つ機会も減り、最近では話をすることも少なくなりました。そんな時届いたBさんの退所の知らせに、驚いたと同時に「もっと話をしたかった」と後悔し、突然の別れに動揺してしまいました。

日頃から利用者の皆さんと関わっているだろうか。寄り添えているだろうか。Bさんとの別れを通して、自身の支援を見直すきっかけとなりました。今はただ、Bさんの幸せを願うばかりです。これから自分ができることは何かを考え、利用者の方々が三気の里で暮らせて良かったと思える支援をしていきたいと思えます。

支援員 中村 愛

3班「喜びあえた時間」

私はIさんの担当を受け持つことになり二年目になります。先日通院の為、私とIさんと二人で病院に行きました。二人きりでの受診は初めてで不安でいっぱいでした。私が受付をしている時にIさんが気になる物があつたようで触ってしまいました。車内に戻り行動の振り返りを行い、「次は何も触らずに頑張りましょう！」と話をするとしっかり頷かれ、再度病院の待合室へ入りました。Iさんは診察からお会計まで意識している表情をしており、私はIさんの頑張りが嬉しくて「頑張りましたね！」と伝えました。するとIさんの表情も和らぎ「頑張ったー！暴れんけん良かったねー！」と、私にニッコリ笑顔でした。そのIさんの言葉に色々な意味を感じました。さん自身の安心した気持ちと、私に対しての良かったねー！という言葉にも感じました。Iさんと気持ちを共有し喜びあうことができたとてもいい時間となりました。

支援員 江越 美保



4班「Nさんについて」

私は4月から4班の配属になりNさんの担当となりました。Nさんは障害支援区分6、療育手帳A2の男性の方です。Nさんと一緒に作業をするようになり、私の中で、Nさんの作業に対する見方が変わりました。4班は、袋に針金棒を通し、通した棒の位置を揃え、その袋を10枚一組で重ねていく作業をしています。Nさんはこの作業を午前中に100枚されます。100枚という枚数は、4班の利用者さんの中で断トツの枚数で、繊細な指の使い方、袋の重ね方など、コツを掴んだ仕事は見えて見事なものです。目標の100枚をし終えると、Nさんは、今日も達成したぞ、ドーダと言わんばかりの満足気な生き生きとした表情をされます。スタッフのねぎらいの言葉に対しても誇らしげです。Nさんにとっての作業は単なる日常の一つではなく、自己表現の場でもあると感じています。これからもNさんのドーダと思える機会を大切にしてサポートしていければと思います。

支援員 相馬 敦

5班「Cさんのこと」

Cさんは、障害支援区分6、療育手帳A1の女性の方です。言葉での会話はある程度でき、身辺も自立していますが、幼少期からパニック（大声で叫ぶ、物を投げる、他害行為、自傷行為など）が激しく、活動を上手く行えなかつたりして、施設を転々とした経緯があります。県外にいらっしやいましたが、家族が熊本に帰郷されることをきっかけに三気の里を利用することになりました。三気の里でも初めは、パニックが多く見られていましたが、徐々に落ち着き、今はパニックなく過ごすことができるようになりました。スタッフとの関わりの中で、お化粧品やファッションを楽しむことができます。先日は、帰宅した時にフルーツを使ったジュースを飲みたいとのことで、ミキサーを購入し、家族と一緒に作られていました。またCさんが、お母様の誕生日プレゼントを買いだと言われ、何にするか話し合っている最中です。Cさんはやりたいことが沢山あります。Cさんの生活の質を上げることができるようサポートしていければと思います。

部長 松本 慎太郎

療育雑記

「支援者が学ぶ」

事業課長 平川 聖子

古い資料やレポートを読み返すことがあります。多くは迷いがあるとき、何をやっているのかと省みるときです。その中に「パニックの抑制技術を向上させるにはどうしたら良いか」という題目で書いたものがあります。パニックの対応に困っていた時期に書いたものですが、焦点を当てていたのは「抑制技術を向上させる」こと、支援者側の問題でした。

利用者の皆さんと生活していると、今でも少なからず互いに困る場面があります。その場面で出てくる利用者さんの行動を不応行動と呼び、あたかも利用者さんの問題のように捉えがちですが、多くは支援のまずさによるものだと思います。当時のレポートには「不応行動を改善する技術は、①不応行動を起こす必要のない生活をさせるための生活技術②不応行動を起こしそよなとき、未然に防ぎ回避させるための技術③不応行動を起こしたとき、落ち着かせるための技術に分け

て考える必要がある。」と書いており、今回は不応行動を起こす必要のない生活をさせるための生活技術について再考してみました。

当時のレポートでは、『施設での生活は家庭的にしようと努力しても時間、空間、人間関係などの制約はあり、利用者さんの生活を一人ひとり大切に考えようとしても、集団の一員として振舞って頂くところも多くなります。どんなにストレスの多いことでしょうか。不応行動を起こす必要のない生活は、このような制約やストレスを受けながらも一人ひとりにあった生きがいや楽しみのある生活と考えています。』

生きがいや楽しみを持つためには、まず身の回りのことを苦も無くこなせることが前提です。食事、排泄、入浴、掃除、片付け等、やって当たり前のことが当たり前に出来る、嫌がらずに出来る、手早く出来る、丁寧に出来る。これらの生活課題を媒介にして、人の話しを聞き入れ、理解し、行動に移し、達成させる「指示に従う」という基礎的な課題をクリアしていきます。「指示に従う」という言葉は一方向的に感じますが、「ともに課題に取り組み、達成させていく、ともに歩んでいく」という関係であって、上下、前後という

位置関係ではなく、隣に立つ関係と考えています。先ずこの関係作りをすることが、不応行動を起こす必要のない生活をさせるための支援技術の第一段階で、この関係づくりが出来ていると、生活、作業、余暇で困難な場面にぶつかっても、一緒に我慢が出来たり、乗り越えたりすることが出来ますが、この関係を作るための方法はやり取りしかありません。やり取りの中で利用者さんにも支援者にも「やって良かった」「頑張つてよかった」が積み重なっていったときに、この関係ができていきます。

次に生活、作業、余暇等、具体的な課題を設定し、遂行、達成させていくために必要なことは、利用者の現状やニーズを把握することで、観察したり、コミュニケーションを取ったりする中で把握し、現状からステップアップしていくために適切な課題を準備すること、課題の意味、どうなれば達成なのか伝え、遂行させること。上手く遂行出来ないときに何に躓いているか見抜くこと、躓きを乗り越えるために工夫できること、課題が不適切であれば課題を設定しなおすこと。分からないから、出来ないから、させないとか、指摘するというのはなく、何を伝えれば出来るか見抜き、手伝う中でも達成

する喜びを味わわせることが出来る必要があります。現状を把握するために、評価するスケールが必要だったり、課題設定や遂行の為にプログラム作成や環境設定、治具での工夫等が必要だったりします。同じ目標であっても、利用者さん一人ひとりの現状は違つし、学ぶ力も違つし、合う方法も違つきます。一人ひとりに合った支援、必要な支援をするためには、様々な療育技法から知恵を借りる必要もあります。支援者が様々な療育方法を学び、一人ひとりに合ったやり方で支援していくことが必要です。』と、まとめていました。

一口に生活技術といっても関係づくり、評価、課題設定、場面設定、環境設定、伝え方、読み取り方、フィードバック、共感、ステップアップ等々、いろいろなことを目まぐるしくおこなっていくかなければならず、日々流されている訳にはいきません。利用者さんに生きがいや楽しみのある生活をして頂くことは、色々なことを学び、身につけることを支援することです。それならば、支援者である私たちがそれ以前に学び、支援の技術を身につけること、それが不応行動を起こさせる必要のない生活に繋がっていくと思います。

G工便り

「幸せの時間」

世話人 杉本 絹子
早いもので、新の世話人5年目
となりました。

GH新の朝食づくりのスタートは、明るく元気に挨拶を交わしながら始まります。「今日のメニューは？」と起床後すぐに台所に顔を出される利用者さんもいらっしやいます。「もうすぐできますよ、もう少し待って下さいね」と声かけしながら、私も準備を進めます。

「いただきます」「ごちそうさま」の声を聞くとホッとして、良かったなあと幸せの笑みがこぼれます。

一心不乱に写経に没頭されるSさん、色彩豊かに描き上げた自作の絵を眺められるMさん、居室で静かに音楽を聴き楽しまれているNさん、色々なことにいち早く気付かれるHさん、三気の里での一日のスケジュールを覚えていて教えて下さるTさん。それぞれ作業に向かわれる前の短い時間ではありますが、私にとって利用者さんと触れ合える大切な時間です。そして皆さんの頑張らされている姿に元氣

を頂いています。
穏やかに笑い合えるために、日々皆さん努力しています。

課長便り

「敬意」

業務課長 本田 誠

先日久しぶりに外部研修に参加したのですが、他施設の取り組みや職員の考えを見聞きすることができ、新たな学びの機会となりました。振り返ると、コロナ禍であった約3年の間、以前は当たり前のように参加していた外部研修に制限が設けられ、職員の学びの場が奪われてしまいました。新たな思考がないと組織はマンネリ化し衰退してしまいます。そんな中、新たな風となってくれたのは、就職してくれた新人職員であったように感じています。新人職員が加わったことで、当たり前前に気付くことができ、新たなアイデアも生まれました。しかし、良い新人が就職しても組織が受け入れられる姿勢を示さないとすぐに離職してしまいます。最も重要なことは、互いに「敬意」を示すことだと考えています。敬意を示すことで、互いの努力を称えること、意見を尊重すること、そ

して声を聴き入れ合うことができます。今後も新たな風を心地良いと感じられる組織でありたいと思います。

看護師便り

「フレイル予防で健康寿命を延ばしましょう」

看護師 今村 万喜

現在日本では65歳以上の4人に1人の方が、認知症かその予備軍に当たると言われています。要介護になる原因のトップも認知症で、世界トップクラスの平均寿命を誇りながら健康でいられる健康寿命との間には大きな開きがあるのが日本の特徴だそうです。健康寿命を延ばす決め手の一つが「フレイル予防」です。あまり聞きなれない言葉かもしれませんが、フレイルとは「脆弱」を意味する英単語「frailty」(フレイルティ)から生まれた和製英語だそうです。筋力の低下、食べる力の衰え、社会的なつながりの減少や認知機能の低下等、介護を必要とする段階ではないけれど、かといって完全に健康であるとは言えない「健康と介護の中間状態」と定義されているそうです。

「フレイル予防」で大事なことは筋肉量を減らさないこと(一口ナを恐れず熱中症にも気を付けながら外出や運動をしましょう)、人との会話を楽しむこと(たくさん話をして、社会とつながりましょう)、口腔ケアをすること(食べることを支え全身の健康と密接につながっているお口の健康維持をしましょう)。取り組める方法は十人十色ですが、よく食べて、運動して、人と繋がるのが何よりも大切だそうです。健康で過ごせるように自分の生活習慣と照らし合わせて、無理なく取り組んで健康寿命を延ばしていきましょう。



